

Sense

Heb je nog vragen over seksualiteit, anticonceptie, soa of onbedoelde zwangerschap? Je kunt hiervoor altijd naar je huisarts gaan. Maar je kunt hiervoor ook terecht op de Sense-sprekuren van je GGD. Kijk voor Sense-sprekuren bij jou in de buurt op www.sense.info. Je vindt op de website ook veel informatie.



VORMSTUDIO 12, LEIDEN

© januari 2009
Rutgers Nisso Groep
Alle rechten voorbehouden

www.rutgersnissogroep.nl

Feiten en fabels over het

maagdenvlies



Rutgers
Nisso 
groep

Overall op de wereld bestaan ideeën en meningen over het maagdenvlies en over maagdelijkheid. Die ideeën en meningen verschillen sterk per land, per cultuur, of per religie. Het kan verwarrend zijn als je zoveel verschillende verhalen over het maagdenvlies en maagdelijkheid hoort. Wat moet je nu geloven? Want sommige verhalen worden maar doorverteld door oma's, tantes en ooms, vaders en moeders aan hun dochters, zonen, nichtjes en neefjes. Verhalen die soms wel, maar soms helemaal niet kloppen. Bijvoorbeeld omdat zij vroeger niet de goede informatie gekregen hebben. Wij hebben deze folder gemaakt zodat jij de goede informatie wel krijgt.

In deze folder kun je lezen wat maagdelijkheid betekent. Ook lees je informatie over het maagdenvlies. En bovendien leggen we uit dat die twee, maagdelijkheid en maagdenvlies, eigenlijk niets met elkaar te maken hebben. Misschien ben je verbaasd over deze uitspraak en kun je het bijna niet geloven. Lees dan toch maar verder want in deze folder leggen we uit hoe het echt zit.

Maagdenvlies en maagdelijkheid hebben niets met elkaar te maken!

Samira (17 jaar):

'Ik heb voorlichting gekregen van mijn tante over menstruatie, maagdenvlies, maagdelijkheid, trouwbeloften en nog veel meer. Nou ja, voorlichting? Het waren allemaal regels waar ik me aan te houden had en over hoe ik me gedragen moest. Ik werd er behoorlijk angstig van en had al min of meer besloten dat ik nooit zou trouwen. Toen ik 16 jaar werd ben ik bij mijn getrouwde zus gaan wonen. Zij is verpleegkundige en zij vertelde mij heel andere verhalen. Zij vertelde me over de feiten en de fabels die ook in deze folder staan. Ik moet je zeggen dat ik nu helemaal opgelucht ben. Ik weet nog steeds niet of ik ga trouwen. Maar dat komt niet meer door die enge verhalen van mijn tante.'

Wat is het maagdenvlies?

Allereerst iets over de naam, maagdenvlies. Die naam klopt niet en dat is verwarrend. Het maagdenvlies is namelijk geen vlies. Je zou door de naam bijna denken dat het een vlies is dat de opening van je vagina afsluit. Dat kan natuurlijk niet, want als dat zo was dan zou je menstruatiebloed niet door je vagina naar buiten kunnen.

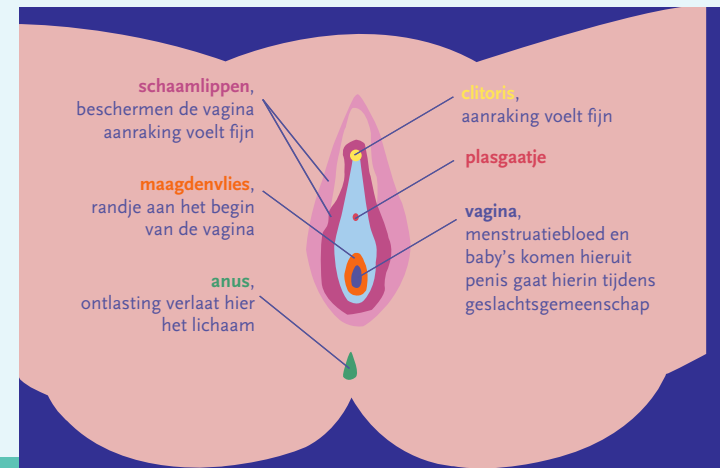
Wat is het wel?

Het maagdenvlies is een randje weefsel aan het begin van de vagina. Het randje kan glad of juist wat geribbeld of gekarteld zijn. Het kan bij het ene meisje heel soepel zijn en bij het andere meisje soms weer wat stugger of strakker. Als meisje zou je zelf je maagdenvlies kunnen voelen als je voorzichtig met je vinger in het begin van je vagina voelt. Maar als je toevallig een heel soepel randje hebt, voel je waarschijnlijk niets.

Heel zelden sluit het weefsel de vagina wel af. Maar dat is een medisch probleem, dat opgelost kan worden door een kleine operatieve ingreep. En het komt óók voor dat meisjes zonder randje weefsel worden geboren.

De feiten over het 'maagdenvlies':

- ✧ het is geen vlies maar een randje, en sluit de vagina niet af;
- ✧ het randje kan verschillende vormen hebben: glad of gekarteld, dik of dun;
- ✧ het laat menstruatiebloed door;
- ✧ het wordt ook wel 'hymen' genoemd.



Wat is maagdelijkheid

Iedereen, jongen of meisje, wordt als maagd geboren. Iemand die maagd is, heeft nog nooit seks met iemand anders gehad. Daarover is iedereen het eens. Maar dat het maagdenvlies kan aantonen dat je nog geen seks hebt gehad, klopt niet, weet je nu. Bij welke vorm van seks je je maagdelijkheid verliest, daarover wordt verschillend gedacht. Is dat alleen bij geslachtsgemeenschap, waarbij de jongen met de penis in de vagina gaat? Of ook bij anale seks? En wat als je met de mond aan het geslachtsdeel van de ander zit? Bij welk seksueel contact je maagd blijft, daarover denken mensen verschillend en het hangt ook vaak samen met de ideeën binnen een bepaalde cultuur of religie. Waarover iedereen het wél eens is, is dat je van seks met jezelf ('soloseks') maagd blijft. Door soloseks (ook wel zelfbevrediging of masturbatie genoemd) leer je je lichaam goed kennen en ontdek je wat je fijn vindt.

Manieren van seks hebben:

Soloseks

Zoenen en voelen

Orale seks

(met mond bij de vagina/penis)

Anale seks (penis in de anus)

Vaginale seks (penis in de vagina)

Maagdelijkheid kwijt?

nee

nee

verschilt per

persoon/cultuur/traditie

verschilt per

persoon/cultuur/traditie

ja

*Je bepaalt zelf welke vorm van seks je wel of (nog) niet wilt.
Doe nooit iets tegen de zin van een van beiden.*

Miriam, (17 jaar):

'Ik ben nog niet toe aan geslachtsgemeenschap, ik wil nog maagd blijven. Mijn vriend wil het wel. Van zijn vrienden hoorde hij de oplossing: anale seks! Volgens die vrienden doen veel jongens en meisjes het zo met elkaar. Zo zou je maagd kunnen blijven. Ik vind dat een raar standpunt. De penis gaat ergens anders in en dan is het zeker minder erg. En trouwens al zou het zo zijn (wat niet zo is) dan deed ik het nog niet. Het idee alleen al. Iedereen die er zin in heeft moet dat zeker doen, maar mij niet gezien. Mijn vriend vond het jammer, pech voor hem.'

Opvattingen over maagdelijkheid

Je weet dat veel mensen denken dat maagdelijkheid en het maagdenvlies alles met elkaar te maken hebben. Zij hebben dat zo geleerd en geloven hierin. Maar dat wil niet zeggen dat deze denkbeelden kloppen. Wij hebben het daarom over de medische feiten.

Maagdelijkheid moet in sommige religies, culturen of tradities bewaard worden tot het huwelijk. Dat geldt bijna altijd voor meisjes én voor jongens. Toch wordt er meer van een meisje geëist op het gebied van maagdelijkheid. Een meisje dat zich op seksueel gebied hetzelfde gedraagt als een jongen wordt meestal veel strenger veroordeeld. Jongens die seks hebben worden vaak gezien als stoer, terwijl een meisje dat seks heeft als sletje wordt gezien. Eerlijk? Nee toch?

Carmen, (23 jaar):

'Ik ben het enige meisje in ons gezin. Ik heb drie oudere broers. Het zijn leuke jongens, maar af en toe werd ik niet goed van hen. Toen ik nog thuis woonde bemoeiden ze zich constant met mij. Ze waren bijna nog strenger dan mijn ouders. En als ik een vriendje had, gingen ze me wel eens controleren. Die vriendjes werden er ook zenuwachtig van. Als zij een vriendinnetje hadden bemoeide ik me er toch ook niet mee? Trouwens, ik gedroeg me heel netjes. Ik snap best dat ze me wilden beschermen tegen allerlei nare dingen als ongewenste zwangerschap en zo, maar ik kan heel goed op mezelf passen. Ik ben blij dat ik nu op mezelf woon en verantwoordelijk ben voor mijn eigen leven.'



Waar kies jij voor als je een relatie hebt?

- ✧ niet zoenen, knuffelen en geen seks voor het huwelijk;
- ✧ zoenen, knuffelen en verder niets;
- ✧ alle vormen van seks, bijvoorbeeld anale of orale seks, maar geen geslachtsgemeenschap (penis in de vagina);
- ✧ allerlei vormen van seks, ook geslachtsgemeenschap.

Als je goed nadenkt over wat jij wilt, dan kun je dat ook beter duidelijk maken aan de ander. Je kunt je aan de regels van je familie, cultuur of religie houden omdat jij dat prettig vindt. Je kunt ook een andere, vrijere weg kiezen, maar dat niet tegen je familie vertellen. Bijvoorbeeld omdat je bang bent dat het contact anders kapot gaat, of uit respect voor de ideeën die in je familie leven. Maar je kunt er ook voor kiezen om de verantwoordelijkheid voor je eigen leven te nemen en op seksueel gebied te doen waar jij je prettig bij voelt. Die laatste keuze kan invloed hebben op de relatie met je familie. Het is belangrijk dat je een keus maakt die voor jou het prettigst voelt.

Welke vorm van seks je ook kiest, het is belangrijk om altijd te denken aan de mogelijkheid van een soa (seksueel overdraagbare aandoening). Het is dus belangrijk om ook bij orale en anale seks veilig te blijven. Bij geslachtsgemeenschap met de penis in de vagina loop je ook risico op zwangerschap. Meer informatie hierover vind je verderop in deze folder onder het kopje *Wat is veilige seks?*.

Bloeden, of hoeft dat niet?

In sommige families is het gewoon dat een meisje een doekje met bloed laat zien na haar eerste huwelijksnacht. Dit is dan hét bewijs dat ze nog maagd was. En als ze geen bloed kan laten zien, dan zou ze al eerder geslachtsgemeenschap met een jongen hebben gehad. Het maagdenvlies zou dan een andere keer 'gescheurd' zijn. Dit klopt niet. Je kunt bloeden omdat je heel gespannen was en jullie niet genoeg tijd hebben genomen of het niet voorzichtig genoeg gedaan hebben. Soms komt het voor dat het maagdenvlies wat stug is en dat de penis er tegenaan stoot. Dan kan dat randje weefsel gaan bloeden. Misschien bloed je dan ook wel de tweede of derde keer dat jullie het doen. Nou, dan ben je toch geen super-maagd? Je hebt misschien een heel stug randje of jullie zouden wat meer tijd moeten nemen totdat de vagina vochtiger is. Uit onderzoek is gebleken dat veel meisjes niet bloeden tijdens de eerste keer geslachtsgemeenschap. Dat doekje met bloed houdt dus een traditie in stand, maar over je maagd zijn zegt het niets.

Malika, (23 jaar):

'Ik ben niet als maagd getrouwd, dat is een bewuste keuze. Toch hebben mijn man en ik besproken dat we ons aan de tradities van onze families zouden houden. Of laat ik het zo zeggen: we zouden doen alsof. Het slaat nergens op, maar na de eerste huwelijksnacht hebben we de familie een doekje met een paar druppels bloed laten zien. Tja, het klopt misschien niet en het is niet eerlijk. Ik had het liever anders gehad maar weet dat onze families daar helemaal niet voor open staan. Onze kinderen hoeven later niet dit soort toneelstukjes op te voeren. Gelukkig maar.'

Dus wat het bloeden betreft:

- ✧ veel meisjes bloeden niet als ze voor het eerst seks hebben met een jongen;
- ✧ sommige meisjes bloeden wel als ze voor het eerst seks met een jongen hebben;
- ✧ wel of niet bloeden tijdens die eerste keer zegt niets over wel of niet maagd zijn.

Trucjes om te bloeden!

Sommige meisjes willen per se bloeden tijdens de huwelijksnacht. Dat kan zijn om de familie een doekje bloed te laten zien. Het kan ook zijn dat ze hun man willen tonen dat ze nog maagd zijn. Terwijl ze dat misschien niet meer zijn. En sommige meisjes zijn nog maagd, maar maken zich tegelijkertijd vreselijke zorgen dat daaraan getwijfeld zal worden als ze niet bloeden. Ze zijn bang dat ze beschuldigd worden van iets dat niet klopt. Om al dit soort zorgen te voorkomen zoeken ze naar oplossingen om er zeker van te zijn dat ze bloeden tijdens de huwelijksnacht. Dat kan door allerlei trucjes; van een sneetje in de vinger tot het inbrengen van een zetpil met rode vloeistof in de vagina. Ook vragen sommige meisjes om een 'hersteloperatie' van het maagdenvlies. Daarover gaat het volgende stukje. Bedenk wel dat dit allemaal oplossingen zijn die het fabeltje in stand houden dat je zou moeten bloeden tijdens de eerste keer geslachtsgemeenschap.

Wat is een hersteloperatie?

De naam 'hersteloperatie' klopt niet. Het maagdevlies is eigenlijk geen vlies dat beschadigd kan raken, maar een soepel randje weefsel aan het begin van je vagina. Er valt daarom eigenlijk ook niets te herstellen. Bij een 'hersteloperatie' wordt het randje weefsel aan het begin van de vagina strakker gemaakt. De kans dat het meisje gaat bloeden als ze seksueel contact heeft is dan groter, omdat de ingang nauwer is. Soms wordt er zelfs een grotere ingreep gedaan waarmee je nog een grotere kans op bloeden zou hebben. Maar geen van beide ingrepen geven je volledige zekerheid dat je bloedt als de penis in je vagina komt.



Amina, (18 jaar):

'Voor mij is het belangrijk dat ik geen geslachtsgemeenschap heb gehad voor ik ga trouwen. Ik wil best vrijen met mijn vriend, maar ik ga nog niet met hem naar bed. Het gaat mij helemaal niet om dat maagdevlies. Het gaat mij om dat speciale, dat wil ik bewaren voor de huwelijksnacht. Ik weet dat je niet hoeft te bloeden als je voor het eerst met een jongen naar bed gaat. Die nadruk op het bloed zie ik als een soort ritueel. Van vriendinnen hoor ik dat je toch kunt zorgen dat er bloed is tijdens de huwelijksnacht. Daar doe ik niet aan mee.'

Een maagdelijkheidsverklaring?

Kan een arts aantonen dat een meisje nog maagd is? Nee, bijna nooit kan een arts zien of een meisje een penis in haar vagina heeft gehad. Waarom schrijven ze dan soms toch een maagdelijkheidsverklaring, zul je je afvragen. Dat doen ze om een meisje te beschermen tegen haar (aanstaande) familie. Om de een of andere reden twijfelt de familie aan haar seksuele gedrag. Ze willen een bewijs van maagdelijkheid in handen hebben. Een arts speelt soms het spelletje dan maar mee om dat meisje niet in de problemen te brengen.

Yasmina, (21 jaar):

'Ik heb een tijd een vriend gehad, Hilal. Eigenlijk had ik gehoopt, toen tenminste, dat ik met hem zou gaan trouwen. Tijdens onze verkering zoenden we alleen een beetje voorzichtig, verder wilde ik niet gaan. Ineens vertelde Hilal dat zijn ouders een maagdelijkheidsverklaring verwachtten voor we zouden trouwen. Hij vond dat ook belangrijk als bewijsstuk. Of hij dat echt vond of dat hij niet tegen zijn familie in durfde te gaan, weet ik niet. Maar ik voelde me heel erg vernederd. Ze horen niet over mij te twijfelen. Het deed me heel veel verdriet, maar ik heb het uitgemaakt. Vertrouwen in elkaar hebben is voor mij heel belangrijk.'



Drie veelgehoorde fabels over maagdelijkheid

1. Ontmaagd worden door sporten of tampons

Je kunt nooit je maagdelijkheid verliezen door sport of door tampongebruik. Je verliest je maagdelijkheid als je seks hebt met een ander. Wat er kan gebeuren is dat het maagdenvlies (dat randje weefsel) wat oprekt door bijvoorbeeld tampongebruik. Maar je weet al dat het maagdenvlies niets te maken heeft met je maagdelijkheid. Dus al zou dat randje wat oprekken, dan is er nog niets aan de hand. En alle vormen van sporten zijn echt onschuldig. Blijf dat dus gewoon doen als je dat leuk vindt.

Ingrid, (16 jaar):

'Ik had eens gelezen dat door sport je maagdenvlies kan scheuren. Nou judo ik drie keer per week heel fanatiek. Ik vond het wel een prettig idee dat ik daardoor dat gedoe met dat maagdenvlies misschien niet zou hebben tijdens de eerste keer. Maar dat viel tegen. Toen het zover was dat ik voor het eerst met Tim naar bed ging, vond ik dat best spannend. En daardoor blokkeerde ik gewoon en kon ik me niet meer ontspannen. Het voelde stroef en deed ook pijn. Eigenlijk ging het helemaal niet lekker en hadden we moeten stoppen. Later zag ik een beetje bloed in de slaapzak. Ik weet nu dat het kwam doordat ik zo gespannen was en dat het niets met mijn maagdenvlies te maken had. Nu is die gespannenheid gelukkig over en vrijen we wel lekker met elkaar.'

2. Een jongen kan voelen of een meisje nog maagd is

Jongens die zeggen dat ze kunnen voelen of je nog maagd bent, kletsen maar wat. Als een arts al bijna nooit kan aantonen of een meisje maagd is, dan kan een jongen dat echt niet voelen. Tijdens het vrijen kan een jongen wel voelen of een meisje gespannen is. Is een meisje bang en gespannen, dan knijpt ze haar vagina onbewust samen. Daardoor voelt de vagina-ingang wat strak of nauw aan. Als dat zo is, kun je het beste samen onderzoeken hoe je kunt vrijen zodat het voor allebei prettig is.

Rick, (22 jaar):

'Laatst beweerde mijn vriend dat hij tijdens de seks kon voelen of een meisje nog maagd was. Ik heb er heel hard om moeten lachen. Hoe denkt hij dat te kunnen als een arts dat bijna niet kan aantonen tijdens een onderzoek? Ik heb hem duidelijk gemaakt hij maar goed moet oefenen om een betere minnaar te worden. Volgens mij gedraagt hij zich behoorlijk lomp en is hij alleen met zijn eigen plezier bezig. Want daar ligt het toch aan als het vrijen moeilijk gaat? Je moet gewoon de tijd nemen en zorgen dat je allebei veel zin hebt, dan gaat het soepel.'

3. Een jongen moet extra kracht zetten tijdens de eerste keer

Je hoort die verhalen nog steeds; dat jongens extra kracht moeten zetten tijdens die eerste keer. Als je dat denkt, dan heb je nog wat te leren over vrijen. De penis hoeft nergens 'doorheen' maar gaat de vagina in. Door spanning kan dat wat strak aanvoelen. Als je nu 'doorstoot' dan ben je helemaal fout bezig. Het weefsel van de vagina is heel teer, het kan beschadigen. Dat is behoorlijk pijnlijk en dat kan toch niet de bedoeling zijn? Dus rustig de tijd nemen die eerste keer, wachten tot de vagina vochtig genoeg is en dan zachtjes aan verder. Zo is het voor allebei fijn.

Rachid (17 jaar):

'Ik werd niet goed van al die sterke verhalen over dat ontmaagden. Ik werd helemaal onzeker. Doorboren, pijn, bloed, doorstoten; weet ik veel wat er allemaal verteld werd. Niet echt iets om je op te verheugen. Eerst dacht ik: gewoon even doorzetten dan maar. Maar dat kon ik niet, mijn vriendin is mij te lief. Dus ben ik erover begonnen. Toen bleek dat zij het ook eng vond. Daarna was het veel makkelijker. We hebben heel voorzichtig gedaan. Het deed geen pijn en ze bloedde ook niet. We waren allebei opgelucht. Mijn advies: luister niet naar die stoere praatjes, er klopt niets van.'

Tulay, (17 jaar):

'Ik moest en zou maagd blijven, daar deed ik alles voor. Ik gebruikte bewust geen tampons en na mijn eerste ongesteldheid sportte ik niet meer. Wat een onzin achteraf, weet ik nu. Ik gebruik nu gewoon tampons en ik fitness en zwem heel fanatiek. Als ik niet bloed tijdens de eerste keer geslachtsgemeenschap, maak ik me geen zorgen. Ik weet nu dat het randje weefsel in mijn vagina misschien heel soepel was.'



Wat is veilige seks?

Veilige seks wil zeggen:

- ✧ in een veilige sfeer; als je het allebei wilt en er niks tegen je zin gebeurt;
- ✧ dat je beschermd bent tegen zwangerschap;
- ✧ dat je beschermd bent tegen soa (seksueel overdraagbare aandoeningen) en aids.

Een veilige sfeer

Niemand mag iets met je doen waar jij geen toestemming voor gegeven hebt of waarbij jij je niet fijn voelt. Het is belangrijk dat je op tijd en duidelijk je grenzen aangeeft en daarvoor moet je je grenzen wel kennen. Dat maakt het makkelijker om een duidelijk 'nee!' te laten horen als iemand over je grenzen heen gaat. Ook met je gedrag kun je laten zien of je iets prettig of niet prettig vindt.



Beschermd tegen zwangerschap en soa

Wil je niet zwanger worden, gebruik dan betrouwbare voorbehoedsmiddelen. Betrouwbare middelen zijn de anticonceptiepil, de prikpil, de anticonceptiepleister, de anticonceptivering, het hormoonstaafje, het spiraaltje en het (vrouwen)condoom. Een seksueel overdraagbare aandoening (soa) kun je alleen voorkomen door een condoom te gebruiken.

De meest veilige manier van vrijen is de 'double Dutch methode': de jongen gebruikt een condoom en het meisje de anticonceptiepil of een van de andere middelen die we hier noemden. Je beschermt je op deze manier tegen zwangerschap én tegen soa. Ben je bijvoorbeeld de pil vergeten dan beschermt het condoom je tegen zwangerschap en soa. En heb je een ongelukje met het condoom dan kun je tenminste niet zwanger worden (je wel even laten testen op een soa!).

Ook bij orale en anale seks (met de mond bij de geslachtsdelen en met de penis in de anus) kun je een soa oplopen. Gebruik daarom bij pijpen ook een condoom en bij beffen een beflapje (of een opengeknipt condoom).



Maagdelijkheid: en jij?

Je hebt misschien veel nieuwe informatie gekregen in deze folder, of wist jij alles al? Over het maagdenvlies en maagdelijkheid, die beiden niets met elkaar te maken hebben. Over wel of niet bloeden tijdens de eerste keer seks met een ander, en dat dit ook weer niets met maagdelijkheid te maken heeft. Dat er in bepaalde culturen, religies of tradities verschillende denkbeelden leven die soms niet kloppen met de medische feiten over het maagdenvlies en over maagdelijkheid.

Het is belangrijk dat je nadenkt over wat jij wilt en wat maagd zijn voor jou inhoudt. Je hebt verschillende keuzemogelijkheden zoals je gelezen hebt. Jij bepaalt natuurlijk hoe jij met jouw maagdelijkheid omgaat. En je bepaalt ook of je over jouw keuzes wel of niet praat met anderen, met familie bijvoorbeeld. Het kan zijn dat je achter de regels van jouw familie, cultuur of religie staat en dat jij je daaraan wilt houden. Je hebt ook gelezen dat er meisjes zijn die doen alsof ze zich eraan houden, maar die toch hun eigen weg gaan. En dan is er natuurlijk de keuze dat je met seks omgaat op een manier waarbij jij je zelf prettig voelt, ook al zijn anderen het er niet mee eens.

Weet je niet goed wat je vindt of wilt, praat er dan met anderen in je omgeving over, zoals je moeder, een vriendin of een vertrouwenspersoon op school. Zo kun je je mening vormen en kom je niet voor onverwachte situaties te staan. Je kunt oplossingen zoeken voor moeilijke situaties of daar hulp bij vragen. Er zijn ook organisaties waar je naartoe kunt voor hulp of voor informatie, zie achterop deze folder.

